

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ" Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна/



МЕНЮ
18 октября 2023 г.

6-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	99	17,31	0,6	0,3	4,6	24
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	14,36	0,2	12,5	0,2	113
МАКАРОНЫ С СЫРОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	45,65	16,4	21,8	73,2	536
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,42	3,2	1	21,2	106
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,61	1,3	0,2	8,2	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	4,58	3	0,2	19,8	94
ЯБЛОКО	117	25,39	0,4	0,4	10,1	48
Итого		123,32	25,1	36,4	137,3	961
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,54	1,5	5	9,3	89
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	34,34	9,3	12,4	13,1	202
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	29,73	13,3	5,6	3,9	120
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	20,87	3,8	5,8	25,6	169
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,26			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	4,58	3	0,2	19,8	94
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,61	1,3	0,2	8,2	40
Итого		117,94	32,2	29,2	99,3	791
Полдник						
СОК	197	17,96	0,6	0,4	31,2	134
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	11,85	5,5	5,9	39,6	233
Итого		29,81	6,1	6,3	70,8	367
Всего		271,07	63,4	71,9	307,4	2119

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна

Утверждаю

Директор МБОУ Николаевская СШ
МБОУ" Николаевская СШ
Муравьева Ольга Владимировна/



МЕНЮ
18 октября 2023 г.

1-5 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,40	0,4	0,2	2,7	14
МАКАРОНЫ С СЫРОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	39,26	16,4	16,6	73,2	488
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	13,73	3,2	1	24,1	117
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,29	1,5	0,1	9,9	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	2,61	1,3	0,2	8,2	40
ЯБЛОКО	117	25,38	0,4	0,4	10,1	48
Итого		93,67	23,2	18,5	128,2	754
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	5,13	1	2,9	5,5	53
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/5	35,16	9,3	12,7	13,1	205
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	26,84	12	5,1	4	111
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	16,62	3,2	4,1	21,4	135
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	17,27			19,4	77
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	5,72	3,8	0,3	24,8	117
ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	5,23	2,6	0,3	16,4	79
Итого		111,97	31,9	25,4	104,6	777
Полдник						
СОК	197	17,96	0,6	0,4	32,2	138
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	8,38	3,9	4,1	28,2	166
Итого		26,34	4,5	4,5	60,4	304
Всего		231,98	59,6	48,4	293,2	1835

Зав. производством (шеф-повар)

Несвитова Галина Васильевна